

PRODUIT DE SANTÉ NATUREL

AROMATHÉRAPIE – HUILES ESSENTIELLES

La présente monographie vise à servir de guide à l'industrie pour la préparation de demandes de licence de mise en marché (DLMM) et d'étiquettes dans le but d'obtenir une autorisation de mise en marché d'un produit de santé naturel. Elle ne vise pas à être une étude approfondie des ingrédients médicinaux.

Notes

- ▶ Les parenthèses contiennent des éléments d'information additionnels (facultatifs) qui peuvent être inclus dans la DLMM et sur l'étiquette du produit à la discrétion du demandeur.
- ▶ La barre oblique (/) indique que les termes et/ou les énoncés sont synonymes. Le demandeur peut utiliser n'importe lequel des termes ou énoncés indiqués.
- ▶ Toutes les allégations doivent inclure le qualificatif « Utilisé en aromathérapie ».

Date 8 décembre 2015

Ingrédients médicinaux

Consulter l'annexe 1

Nom(s) propre(s), nom(s) commun(s), matière(s) d'origine, dose(s)

Consulter l'annexe 1

Voie(s) d'administration

- ▶ Topique
- ▶ Inhalation

Forme(s) posologique(s)

Les formes posologiques acceptables, selon la voie d'administration par inhalation et/ou topique comprennent, notamment, les liquides, les huiles, les vaporisateurs, les applicateurs à bille.

Usage(s) ou fin(s) recommandés Énoncé(s) précisant ce qui suit

Consulter la dernière colonne de l'annexe 1 pour connaître les usages appuyés pour chaque ingrédient médicinal.

1. Utilisé en aromathérapie pour le soulagement symptomatique de l'acné/des furoncles.
2. Utilisé en aromathérapie pour soulager les irritations mineures de la peau/les coupures mineures/les contusions mineures/les brûlures mineures.
3. Utilisé en aromathérapie pour le soulagement symptomatique de l'eczéma/de la dermatite.
4. Utilisé en aromathérapie comme nervin/calmant.
5. Utilisé en aromathérapie pour aider à soulager la douleur articulaire/musculaire associée aux entorses/foulures/à la polyarthrite rhumatoïde.
6. Utilisé en aromathérapie pour aider à soulager les maux de tête.
7. Utilisé en aromathérapie comme carminatif/antispasmodique pour le soulagement symptomatique de l'inconfort digestif.
8. Utilisé en aromathérapie pour aider à soulager le rhume/la toux.

Nota

- ▶ Les usages # 1, 2, 3 et 5 sont uniquement pour une voie d'administration topique.
- ▶ Les usages # 4, 6, 7 et 8 sont pour une voie d'administration topique et/ou par inhalation.

Dose(s)

Sous-population(s)

Adultes (≥ 18 ans)

Quantité(s)

Consulter l'annexe 1 et/ou les modes d'emploi ci-dessous.

Associations d'ingrédients

Tous les ingrédients inclus dans cette monographie peuvent être associés. Cependant les restrictions suivantes s'appliquent :

- ▶ Pour les applications topiques locales/les massages corporels, la concentration totale des huiles essentielles combinées ne doit pas dépasser 5%; et
- ▶ Pour chacune des huiles essentielles dans le produit, les concentrations maximales ne doivent pas dépasser celles indiquées à l'annexe 1.

Mode d'emploi

Énoncé(s) précisant ce qui suit

Tous les produits

- ▶ Ne pas utiliser par voie orale.
- ▶ Éviter tout contact avec les yeux et les muqueuses; le cas échéant, rincer abondamment avec de l'huile végétale.

Application topique locale (10% ou moins de la surface corporelle)

- ▶ Appliquer sur la région atteinte jusqu'à 3 fois par jour.

Massage corporel (plus de 10% de la surface du corps)

- ▶ Appliquer une fois par jour.

Huile essentielles exigeant une dilution (topique)

- ▶ Ne pas utiliser l'huile essentielle non diluée.

Nota :

Les modes d'emploi concernant les dilutions des huiles essentielles dans une huile de support doivent être inclus sur la DLMM et l'étiquette (consulter l'annexe 2).

Vaporisateurs pour la douleur musculaire/autre usage topique

- ▶ Frictionner et/ou masser la peau jusqu'à ce que la solution disparaisse.

Bain

- ▶ Ajouter 2 à 8 gouttes d'huile essentielle non diluée avec une quantité identique de shampooing ou de savon liquide avant d'ajouter le tout à l'eau du bain. Mélanger l'eau doucement. Pour en tirer le plus grand bénéfice, demeurer dans le bain 10 minutes. Utiliser 2 gouttes d'huile essentielle non diluée lors du premier usage et augmenter de 1 goutte par bain jusqu'à un maximum de 8 gouttes (Tisserand 1977; Price et Price 2007).
- ▶ Utiliser 1 fois par jour.

Inhalation directe

- ▶ Appliquer 1 à 6 goutte(s) d'huile essentielle non diluée sur un mouchoir et inhaler occasionnellement (Price et Price 2007).
- ▶ Jusqu'à 3 fois par jour

Bain de vapeur (inhalation de vapeur)

- ▶ Ajouter 3 à 12 gouttes d'huile essentielle non diluée à un bol d'eau bouillante/appareil à vapeur pour le visage. Inhaler lentement et profondément pendant 5 à 10 minutes (Price et Price 1999; Tisserand et Balacs 1995).
- ▶ Jusqu'à 3 fois par jour.

Compresse

- ▶ Ajouter 2 gouttes d'huile essentielle non diluée à 500 ml d'eau tiède dans une bouteille. Bien mélanger en agitant la bouteille et y tremper immédiatement la compresse. Égoutter légèrement, appliquer la compresse sur la peau et couvrir avec un vêtement et/ou une serviette. Laisser en place pendant 2 à 4 heures (Tisserand 1977).
- ▶ Jusqu'à 3 fois par jour.

Nota :

- ▶ Le volume d'une goutte dans cette monographie est de 0,05ml; cependant, le volume d'une goutte peut varier (consulter l'annexe 2).
- ▶ Le nombre de gouttes indiquées ci-dessus doit être ajusté pour les huiles essentielles déjà diluées.

Durée(s) d'utilisation Énoncé(s) précisant ce qui suit

Tous les produits

- ▶ Pour un usage occasionnel seulement.

Mention(s) de risque Énoncé(s) précisant ce qui suit

| | |
|--------------------------|---|
| <i>Tous les produits</i> | <p><u>Précaution(s) et mise(s) en garde :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Garder hors de la portée des enfants. ▶ En cas d'ingestion accidentelle, demander des soins médicaux d'urgence ou appeler un Centre Antipoison. ▶ Si les symptômes persistent ou s'aggravent, consulter un praticien de soins de santé. ▶ Si vous souffrez d'épilepsie ou d'asthme, consulter un praticien de soins de santé avant d'en faire l'usage (Tisserand et Young 2014). <p><u>Contre-indication(s):</u> Si vous êtes enceinte ou allaitez, ne pas utiliser ce produit.</p> <p><u>Réactions(s) indésirable(s) connue(s):</u> Si des nausées, des étourdissements, des maux de tête, ou une réaction allergique se manifestent, cesser l'usage (Tisserand et Young 2014).</p> |
|--------------------------|---|



| | |
|--|--|
| <i>Produits pour application topique locale/massage corporel</i> | <p><u>Précaution(s) et mise(s) en garde :</u> <i>Tous les produits (sauf les produits contenant des huiles essentielles phototoxiques; consulter l'Annexe 1)</i> Éviter d'exposer la (les) région(s) traitée(s) au soleil.</p> <p><i>Produits contenant des huiles essentielles phototoxiques (consulter l'Annexe 1)</i> Ne pas exposer la (les) région(s) traitée(s) au soleil pendant les 24 à 48 heures suivant l'application (Kumar et al. 1992).</p> <p><u>Contre-indication(s):</u> <i>Produits contenant des huiles essentielles sensibilisantes (consulter l'Annexe 1)</i> Si la peau est endommagée, irritée ou sensible, ne pas utiliser ce produit.</p> |
|--|--|

Conditions d'entreposage

Tous les produits

- ▶ Un contenant/emballage à l'épreuve des enfants devrait être utilisé (JC 2012).
- ▶ Entreposer dans un contenant hermétique à l'abri de la lumière à la température ambiante.

Ingrédients non médicaux

Doivent être choisis parmi ceux de la version actuelle de la Base de données d'ingrédients de produits de santé naturels (BDIPSN) et respecter les restrictions mentionnées dans cette base de données.

Spécifications

- ▶ Les spécifications du produit fini doivent être établies conformément aux exigences décrites dans le Guide de référence sur la qualité des produits de santé naturels de la Direction des produits de santé naturels et sans ordonnance.
- ▶ L'ingrédient médicinal doit être conforme aux exigences mentionnées dans la BDIPSN.

Références citées

AHPA 2012: American Herbal Products Association Guidance Policies: Trade Requirement & Guidance Policy for Labeling of Undiluted Essential Oils Used Topically and Offered for Retail Sale, [Consulté le 14 juillet 2014]. Disponible à : http://www.ahpa.org/Default.aspx?tabid=223#section_essentialoils

Davis P. Aromatherapy An A-Z. Saffron Walden, (GB): The C.W. Daniel Company Limited; 1997.



JC 2012: Justice Canada. Règlement sur les aliments et drogues. Mises en garde et emballages protégé-enfants. Sections C.01.001 (2) to (4), C.01.029, C.01.031 and C.01.031.2 (1). Ottawa (ON): Site Web de la législation (Justice). [Consulté le 10 décembre 2013]. Disponible à : http://laws-lois.justice.gc.ca/fra/reglements/C.R.C.%2C_ch._870/page-205.html?texthighlight=statements+cautionary+resistant+packages+child

Kumar JR, Ranadive NS, Menon A, Haberman HF. Photoinduced cutaneous inflammatory response by psoralens. *Journal of Photochemistry and Photobiology* 1992;14(1-2):125-137.

Lis-Balchin M. *Aromatherapy Science: A guide for healthcare professionals*. London (GB): Pharmaceutical Press; 2006.

Price S, Price L. *Aromatherapy for Health Professionals*, 3rd edition. Edinburgh (GB): Churchill Livingstone; 2007.

SC 2013: Santé Canada. Base de données d'ingrédients de produits de santé naturels : Contre-irritants [Publié le 3 juillet 2013]. Disponible à : <http://webprod.hc-sc.gc.ca/nhp/identifiers/bdipsn/atReq.do?atid=counter&lang=fra>

Tisserand RB. *The Art of Aromatherapy: The healing and beautifying properties of the essential oils of flowers and herbs*. Rochester (VT): Healing Arts Press; 1977.

Tisserand R, Young R. *Essential oil safety: A guide for health care professionals*, 2nd edition. Edinburgh (GB): Churchill Livingstone; 2014.

Valnet J. *Aromathérapie*, 11^{ième} édition. Paris (F): Vigot; 2001.

Références consultées

Battaglia, S. *The Complete Guide to Aromatherapy*. Brisbane (AU): The Perfect Potion; 1995.

Battaglia, S. *The Complete Guide to Aromatherapy*, 2nd ed. Brisbane (AU): The International Centre of Holistic Aromatherapy; 2004.

British Pharmacopoeia Commission. *British pharmacopoeia 2013*. (Vols. IV and V) London, (GB): The Stationary Office; 2012.

Carson CF, Hammer KA, Riley TV. *Melaleuca alternifolia* (tea tree) oil: A review of antimicrobial and other medicinal properties. *Clinical Microbiology Reviews* 2006;19(1):50-62.

Council of Europe. *European pharmacopoeia*. (Vol. 1). Strasbourg, France: Directorate for the Quality of Medicines & Health Care; 2010.

Price S, Price L. *Aromatherapy for Health Professionals*, 2nd edition. Edinburgh (GB): Churchill

Livingstone; 1999.

Price S, Price L. Aromatherapy for Health Professionals, 4th edition. Edinburgh (GB): Churchill Livingstone; 2012.

Tisserand R, Balacs T. Essential oil safety: A guide for health care professionals. Edinburgh (GB): Churchill Livingstone; 1995.

United States Pharmacopeial Convention. The United States pharmacopeia – national formulary. Baltimore (MD): United Book Press; 2013.

USDA 2014. National Genetic Resources Program. Germplasm Resources Information Network - (GRIN) [Internet]. National Germplasm Resources Laboratory, Beltsville, Maryland. Disponible à : http://www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/tax_search.pl

Worwood VA. The complete book of essential oils and aromatherapy. Novato (CA): New World Library; 1991.

Annexe 1

Nota :

- ▶ La méthode de préparation pour tous les ingrédients médicinaux du Tableau 1 est la distillation à la vapeur, sauf s'il est indiqué autrement.
- ▶ Consulter l'Annexe 3 pour les définitions des différentes préparations (c.-à-d. distillée à la vapeur, pressée, préparation d'une absolue, rectifiée).
- ▶ Les concentrations indiquées au Tableau 1 s'appliquent aux concentrations finales après dilution, prêtes à l'application sur la peau.
- ▶ La quantité par unité posologique pour les huiles essentielles non diluées (pures) indiquée sur la DLMM doit être « 100% », accompagnée de l'information nécessaire à la dilution (par exemple, mélanger XX gouttes d'huile essentielle dans YY ml d'huile de support dans la section du mode d'emploi).

Tableau 1: Ingrédients médicinaux^a

| Nom(s) propre(s) (S) Sensibilisateur ^b (P) Phototoxique ^c | Nom(s) commun(s) | Matière(s) d'origine | Concentration pour application topique : Min. – Max. massage (Max. local)% ^d | Usage(s) acceptable(s) ^e |
|--|--|--|--|---|
| <i>Abies balsamea</i> | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle de sapin baumier • Huile essentielle de sapin balsamier | <ul style="list-style-type: none"> • Aiguille • Rameau | 1 – 5(10)% | 4, 5 |
| <i>Abies sibirica</i> | Huile essentielle de sapin sibérien | <ul style="list-style-type: none"> • Aiguille • Rameau | 1 – 2,5% | 5, 8 |
| <i>Angelica archangelica</i> (S, P) | Huile essentielle d'angélique | <ul style="list-style-type: none"> • Racine • Graine | 0,78% | 4, 5, 6, 7, 8 |
| <i>Aniba rosaeodora</i> | Huile essentielle de bois de rose | Bois | 1 – 5(10)% | 1, 2, 4, 6, 8 |
| <i>Apium graveolens</i> (P) | Huile essentielle de céleri | Graine | 1 – 4% | 4, 5 |
| <i>Boswellia frereana</i> | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle d'arbre à encens • Huile essentielle d'oliban | Résine de tige | 1 – 5(8)% | 2, 4, 8 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Absolue d'arbre à encens • Absolue d'oliban | | 1 – 3% (absolue) | 2, 4, 8 |
| <i>Boswellia sacra</i> | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle d'arbre à encens • Huile essentielle d'oliban | Résine de tige | 1 – 5(8)% | 2, 4, 8 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Absolue d'arbre à encens • Absolue d'oliban | | 1 – 3% (absolue) | 2, 4, 8 |



| Nom(s) propre(s) (S) Sensibilisateur ^b (P) Phototoxique ^c | Nom(s) commun(s) | Matière(s) d'origine | Concentration pour application topique : Min. – Max. massage (Max. local)% ^d | Usage(s) acceptable(s)) ^e |
|--|---|---|--|---|
| <i>Cananga odorata</i> (S) | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de cananga Huile essentielle d'ilang-ilang | Fleur | 1 – 2% | 4 |
| <i>Carum carvi</i> | Huile essentielle de carvi | <ul style="list-style-type: none"> Fruit Graine | 1 – 4% | 7, 8 |
| <i>Cedrus atlantica</i> (P) | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de cèdre de l'Atlas Huile essentielle de cèdre de l'Atlantique | Bois | 1 – 5(8)% | 1, 2, 4, 5, 8 |
| <i>Chamaemelum nobile</i> | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de camomille romaine Huile essentielle de camomille anglaise | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 4% | 4, 7 |
| <i>Chrysopogon zizanioides</i> | Huile essentielle de vétivier | Racine | 1 – 1,5% | 1, 5 |
| <i>Cinnamomum camphora</i> | Huile essentielle de camphre blanc | <ul style="list-style-type: none"> Écorce(tige) Bois Branche | 1 – 5(20)% | 1, 2, 5, 8 |
| <i>Cinnamomum verum</i> (S) | Huile essentielle de cannelle | <ul style="list-style-type: none"> Feuille Rameau | 1 – 5(10)% | 5, 8 |
| <i>Cistus ladanifer</i> | Huile essentielle de ciste ladanifère | Gomme | 1 – 5(8)% | 4, 5, 7 |
| <i>Citrus aurantiifolia</i> (P) Par expression | Huile essentielle de lime | Pelure du fruit non mûr | 0,7% (par expression) | 1, 5, 8 |
| | | Pelure du fruit mûr | 1 – 5(15)% | |
| <i>Citrus aurantium</i> (S, P) | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de néroli Huile essentielle d'orange amère | Fleur | 1 – 4% | 4, 6, 7, 8 |
| | <ul style="list-style-type: none"> Absolute de néroli Absolute d'orange amère | | 1 – 3% (absolute) | |
| | Huile essentielle de Petitgrain bigarade | Feuille | 1 – 5(10)% | 4, 5 |
| <i>Citrus bergamia</i> (P) | Huile essentielle de bergamote (FCF) FCF = Sans Furanocoumarine | Pelure du fruit | 1 – 5(20)% (par expression-rectifiée) | 1, 2, 3, 6, 7, 8 |



| Nom(s) propre(s) (S) Sensibilisateur ^b (P) Phototoxique ^c | Nom(s) commun(s) | Matière(s) d'origine | Concentration pour application topique : Min. – Max. massage (Max. local)% ^d | Usage(s) acceptable(s)) ^e |
|--|---|--|--|---|
| | Huile essentielle de bergamote | | 0,4% (par expression) | |
| <i>Citrus paradisi</i> (P) | Huile essentielle de pamplemousse | Pelure du fruit | 1 – 4% (par expression) | 4 |
| <i>Citrus limon</i> (S, P) Par expression | Huile essentielle de citron | Pelure du fruit | 1 – 2% (par expression) | 8 |
| | | | 1 – 5(10)% | |
| <i>Citrus sinensis</i> (S, P) | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle d'orange douce • Huile essentielle d'orange | Pelure du fruit | 1 – 5(10)% (par expression) | 4, 7 |
| <i>Commiphora myrrha</i> | Huile essentielle de myrrhe | Résine (sève) | 1 – 5(8)% | 2, 3, 8 |
| | Absolute de myrrhe | | 1 – 3% (absolue) | |
| <i>Corymbia citriodora</i> (S) | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle de citron eucalyptus • Huile essentielle d'eucalyptus citronné | Feuille | 1 – 5(20)% | 5, 6, 8 |
| <i>Cuminum cyminum</i> (P) | Huile essentielle de cumin | Graine | 0,4% | 4, 5, 7 |
| <i>Cupressus sempervirens</i> | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle de cyprès • Huile essentielle de cyprès toujours vert | <ul style="list-style-type: none"> • Aiguille • Rameau | 1 – 4% | 5, 8 |
| <i>Cymbopogon citratus</i> (S) | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle de Lemongrass • Huile essentielle de verveine des Indes occidentale | Sommité (herbe) | 1 – 4% | 4, 5, 6, 7 |
| <i>Cymbopogon flexuosus</i> (S) | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle de Lemongrass de Malabar • Huile essentielle de verveine des Indes orientale | Sommité (herbe) | 1 – 4% | 4, 5, 6, 7 |
| <i>Cymbopogon martini</i> (S) | Huile essentielle de palmarosa | Sommité (herbe) | 1 – 5(8)% | 4, 8 |
| <i>Cymbopogon nardus</i> (S) | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle de citronnelle • Huile essentielle de citronnelle de Ceylan | Sommité (herbe) | 1% | 5, 6, 7 |
| <i>Cymbopogon winterianus</i> (S) | Huile essentielle de citronnelle de Java | Sommité (herbe) | 1% | 5, 6, 7 |



| Nom(s) propre(s) (S) Sensibilisateur ^b (P) Phototoxique ^c | Nom(s) commun(s) | Matière(s) d'origine | Concentration pour application topique : Min. – Max. massage (Max. local)% ^d | Usage(s) acceptable(s)) ^e |
|--|---|---|--|---|
| <i>Elettaria cardamomum</i> | Huile essentielle de cardamome | Graine | 1 – 4% | 7, 8 |
| <i>Eucalyptus globulus</i> (S) | Huile essentielle d'eucalyptus | Feuille | 1 – 5(25)% | 5, 6, 8 |
| <i>Eucalyptus polybractea</i> (S) | Huile essentielle d'Eucalyptus à fleurs multiples | Feuille | 1 – 5(20)% | 5, 6, 8 |
| <i>Eucalyptus radiata</i> (S) | Huile essentielle d'eucalyptus radié | Feuille | 1 – 5(20)% | 5, 6, 8 |
| <i>Foeniculum vulgare</i> subsp. <i>vulgare</i> var. <i>vulgare</i> | Huile essentielle de fenouil amer | Graine | 1 – 4% | 2, 5, 7, 8 |
| <i>Foeniculum vulgare</i> subsp. <i>vulgare</i> var. <i>dulce</i> | Huile essentielle de fenouil doux | Graine | 1 – 4% | 2, 5, 7, 8 |
| <i>Helichrysum italicum</i> | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle d'immortelle à feuille large • Huile essentielle de plante curry | Sommité en fleurs (herbe) | 0,5% | 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8 |
| <i>Illicium verum</i> (S) | Huile essentielle d'anis étoilé | Fruit | 1 – 2% | 4, 5, 6, 7, 8 |
| <i>Jasminum officinale</i> (S) | Absolute de jasmin | Fleur | 0,7% (absolute) | 4, 5, 6, 8 |
| <i>Juniperus communis</i> | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle de genévrier • Huile essentielle de genévrier commun | Fruit | 1 – 5(8)% | 1, 2, 3, 4, 5 |
| <i>Laurus nobilis</i> (S) | <ul style="list-style-type: none"> • Huile essentielle de laurier • Huile essentielle de laurier sauce | <ul style="list-style-type: none"> • Feuille • Rameau | 1 – 2% | 4, 5, 6, 8 |
| <i>Lavandula angustifolia</i> (S, P) | Huile essentielle de lavande | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5(15)% | 4, 5, 6, 7, 8 |
| <i>Lavandula x intermedia</i> (S, P) | Huile essentielle de Lavandin | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5% | 4, 5, 6, 7, 8 |
| <i>Lavandula latifolia</i> (S, P) | Huile essentielle de lavande aspic | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5(8)% | 4, 5, 6, 7, 8 |
| <i>Litsea cubeba</i> (S) | Huile essentielle de litsea | Fruit | 1 – 5(8)% | 7 |



| Nom(s) propre(s) (S) Sensibilisateur ^b (P) Phototoxique ^c | Nom(s) commun(s) | Matière(s) d'origine | Concentration pour application topique : Min. – Max. massage (Max. local)% ^d | Usage(s) acceptable(s) ^e |
|---|--|--|---|-------------------------------------|
| <i>Matricaria chamomilla</i> | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de camomille Huile essentielle de camomille allemande | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 4% | 1, 2, 4, 5, 6, 7 |
| <i>Melaleuca alternifolia</i> (S) | Huile essentielle d'arbre à thé | <ul style="list-style-type: none"> Feuille Rameau | 1% | 8 |
| <i>Melaleuca cajuputi</i> | Huile essentielle de cajuput | Feuille | 1 – 4% | 1, 3, 5, 8 |
| <i>Melissa officinalis</i> (S) | Huile essentielle de mélisse | Feuille | 0,7% | 4, 7 |
| <i>Mentha arvensis</i> | Huile essentielle de menthe des champs | Rameau fleuri | 1 – 5(8)% | 1, 4, 5, 7, 8 |
| <i>Mentha x piperita</i> (S) | Huile essentielle de menthe poivrée | Rameau fleuri | 1 – 5(8)% | 4, 5, 7, 8 |
| <i>Mentha spicata</i> (S) | Huile essentielle de menthe verte | Rameau fleuri | 1 – 4% | 4, 6, 7, 8 |
| <i>Myristica fragrans</i> | Huile essentielle de muscade | Graine | 1 – 2% | 4, 5, 7 |
| <i>Myrtus communis</i> | Huile essentielle de myrte | <ul style="list-style-type: none"> Feuille Rameau | 1 – 4% | 1, 8 |
| <i>Ocimum basilicum</i> (S) | Huile essentielle de basilic doux | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 4% | 4, 6, 7, 8 |
| <i>Origanum majorana</i> | Huile essentielle de marjolaine | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 4% | 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 |
| <i>Pelargonium graveolens</i> (S) | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de géranium rose Huile essentielle de géranium | <ul style="list-style-type: none"> Feuille Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5(10)% | 8 |
| <i>Petroselinum crispum</i> (P) | Huile essentielle de persil | <ul style="list-style-type: none"> Sommité (herbe) Graine | 1 – 2% | 2, 4, 5 |
| <i>Pinus sylvestris</i> (S) | Huile essentielle de pin sylvestre | Aiguille | 1 – 5(10)% | 4, 5, 8 |
| <i>Piper cubeba</i> | Huile essentielle de cubèbe | Graine | 1 – 5(8)% | 2, 7, 8 |
| <i>Piper nigrum</i> | Huile essentielle de poivre noir | Fruit | 1 – 4% | 5, 6, 7, 8 |
| <i>Pogostemon cablin</i> | Huile essentielle de patchouli | Feuille | 1 – 5(10)% | 1, 2, 4, 7 |



| Nom(s) propre(s) (S) Sensibilisateur ^b (P) Phototoxique ^c | Nom(s) commun(s) | Matière(s) d'origine | Concentration pour application topique : Min. – Max. massage (Max. local)% ^d | Usage(s) acceptable(s) ^e |
|---|---|--|---|-------------------------------------|
| <i>Rosa x damascena</i> | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de rose Huile essentielle de rose de Damas | Fleur | 1 – 2% | 2, 4, 6, 8 |
| <i>Rosa x centifolia</i> | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de rose Huile essentielle de rose de Provence | Fleur | 1 – 2% | 2, 4, 6, 8 |
| <i>Rosmarinus officinalis</i> | Huile essentielle de romarin | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5(6,5)% | 2, 5, 7, 8 |
| <i>Salvia lavandulifolia</i> | Huile essentielle de sauge espagnole | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5(12,5)% | 2, 4, 5, 7, 8 |
| <i>Salvia officinalis</i> | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de sauge Huile essentielle de sauge officinale | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5(8)% | 2, 4, 5, 7, 8 |
| <i>Salvia sclarea</i> | Huile essentielle de sauge sclarée | <ul style="list-style-type: none"> Sommité en fleurs (herbe) Feuille | 1 – 5(8)% | 2, 4, 5, 6, 7, 8 |
| <i>Santalum album</i> (S) | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de bois de santal Huile essentielle de santal des Indes orientales | Bois | 1 – 5(10)% | 4, 6, 7, 8 |
| <i>Satureia hortensis</i> | <ul style="list-style-type: none"> Huile essentielle de sarriette d'été Huile essentielle de sarriette | Sommité (herbe) | 0,5 % | 5, 7, 8 |
| <i>Styrax benzoin</i> (S) | Huile essentielle de benjoin | Résine (sève) | 1 – 2% | 4, 5, 7, 8 |
| <i>Syzygium aromaticum</i> (S) Bourgeon, tige seulement | Huile essentielle de girofle | <ul style="list-style-type: none"> Bourgeon Tige | 1 – 4% | 5, 8 |
| | | Feuille | 1 – 2% | |
| <i>Thymus vulgaris</i> | Huile essentielle de thym | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5(8)% | 1, 2, 4, 5, 8 |
| <i>Thymus zygis</i> | Huile essentielle de thym blanc | Sommité en fleurs (herbe) | 1 – 5(8)% | 1, 2, 4, 5, 8 |
| <i>Zingiber officinale</i> (P) | Huile essentielle de gingembre | Rhizome | 1 – 4% | 5, 7, 8 |

a. Les références suivantes ont été consultées : Lis-Balchin 2006, Tisserand et Young 2014, Price et Price 1999, Davis 1997, Valnet 2001, SC 2013.

b. (S) – Sensibilisateur : pour la définition, consulter l'annexe 3. Des énoncés de durée d'utilisation et de risque additionnel sont exigés pour tous les ingrédients médicinaux identifiés comme étant sensibilisateur (S). Consulter la section des mentions de risque.



- c. (P) – Phototoxique : pour la définition, consulter l’annexe 3. Des énoncées de risque additionnels sont exigés pour tous les ingrédients médicinaux identifiés comme étant phototoxique (P). Consulter la section des mentions de risque.
- d. Cette section fait référence aux concentrations minimales et maximales après dilution pour les massages corporels (recouvrant plus de 10% de la surface corporelle). Dans les cas où des concentrations plus élevées sont permises pour les applications locales (recouvrant jusqu’à 10% de la surface corporelle), cette information est incluse entre parenthèses.
- e. Consulter la section Usage(s)/fin(s) pour l’usage recommandé associé avec chaque chiffre.

Annexe 2

Formule pour calculer le nombre de gouttes d'huile essentielle (H.E.) et le volume (en ml) de l'huile de support (Consulter la définition et les exemples à l'annexe 3 afin d'obtenir la concentration désirée) :

$$\text{Nombre de gouttes d'H.E.} = \frac{\text{Concentration d'H.E. désirée (\%)} * \text{Volume de l'huile de support (ml)}}{\text{Volume d'une goutte (ml)} * 100}$$

Par exemple :

Si 1 goutte = 0,05ml :

Pour préparer une solution contenant 1% d'huile essentielle, 4 gouttes d'huile essentielle doivent être mélangées à 20 ml d'huile de support.

Mode d'emploi : Mélanger 4 gouttes d'huile essentielle dans 20 ml d'huile de support.

Nota : Si le volume de votre goutte n'est pas de 0,05ml, ajuster le nombre de gouttes de manière appropriée.



Annexe 3

Définitions

Distillée à la vapeur : La matière d'origine brute est placée dans un alambic, dans ou au-dessus de l'eau, et exposée à la vapeur qui entraîne les huiles volatiles vers un condensateur où le mélange est refroidi. Les huiles se séparent de l'eau et peuvent être recueillies (AHPA 2012).

Expression : Utilisée principalement pour obtenir les huiles essentielles d'agrumes. Le fruit est percé et pressé mécaniquement. Aucune chaleur n'est utilisée lors du processus d'extraction (AHPA 2012).

Absolue : Produit par extraction à l'aide de solvant. Un solvant est utilisé pour extraire les huiles de la matière végétale produisant une « concrète » (un mélange d'huile essentielle, de cires, de résines et autres composés lipophiles (soluble dans l'huile) de la plante). Un solvant à plus haute polarité est ajouté à la concrète pour en extraire l'huile essentielle. L'alcool est évaporé et le produit final est une absolue (AHPA 2012).

Rectifiée : L'huile essentielle est purifiée par distillation fractionnée afin d'en éliminer les composants non désirés (Tisserand et Young 2014).

Sensibilisateur : Les huiles essentielles sensibilisantes peuvent provoquer une réaction de sensibilisation (ou dermatite de contact allergique), qui est la conséquence clinique habituelle d'une hypersensibilité retardée. Les huiles essentielles sensibilisantes provoquent un effet plus prononcé chez les patients ayant des éruptions cutanées, de la dermatite, de l'eczéma, la peau sensible ou d'autres problèmes de peau (Tisserand et Young 2014). Ces huiles essentielles provoquent un effet toxique après plusieurs applications (Lis-Balchin 2006).

Phototoxique : Les huiles essentielles phototoxiques provoquent des brûlures, des dermatites, etc. (effets phototoxiques) lorsque la région cutanée traitée est exposée à la lumière directe du soleil. Les effets phototoxiques surviennent généralement en raison de la présence de furanocoumarines (Tisserand et Young 2014).

Huile de support : Une huile de support est une huile fixe utilisée pour diluer les huiles essentielles et les absolues avant l'application sur la peau. L'huile d'amande douce, de pépin de raisin, de tournesol, de noyau d'abricot, de noyau de pêche sont des exemples d'huiles de support (Price et Price 2007).